附件2：**2020年全国老年人柔力球**(**竞技)教练员裁判员培训班(网络)课程安排表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **时间** | **教学内容** | **授课教师** |
| 12月17日  (周四) | 09：00—11：00 | 1.开班仪式；  2.柔力球理论。(白榕) | 白 榕  李恩荆  杨建营  冯国忠 |
| 15：00—17：00 | 1.基本技术；(李恩荆、冯国忠)  2.隐蔽球技术(一)。(李恩荆、冯国忠) |
| 12月18日  (周五) | 09：00—11：00 | 1.隐蔽球技术(二)；(李恩荆、冯国忠)  2.旋转球技术。(李恩荆、冯国忠) |
| 15：00—17：00 | 1.规则解读，手势演练、组织编排；(李恩荆、冯国忠)  2.三人制裁判讲解。(李恩荆、冯国忠、杨建营) |
| 12月19日  (周六) | 09：00—11：00 | 1.柔力球文化传播与推广；(杨建营)  2.步法讲解及训练方法。(李恩荆、冯国忠) |
| 15：00—17：00 | 1.竞技技巧赛讲解；(白榕、李恩荆、冯国忠、杨建营)  2.三人赛讲解。(白榕、李恩荆、冯国忠、杨建营) |
| 12月20日  (周天) | 09：00—11：00 | 专项体能教学与训练方法。(李恩荆、冯国忠、杨建营) |
| 15：00—17：00 | 1.竞技技术发展总结(白榕)  2.结业仪式。 |